

№ п/п	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
1	2	3	4	5	6	7	8
СРЕДА							
Завтрак							
1	Овощи натуральные свежие (помидоры)	1/80	0,55	0,1	1,90	11,00	№ 71 сб.2015 г.
2	Шницель рыбный натуральный с маслом сливочным	1/100/5	13,84	15,34	9,14	130,00	№ 235, 331 сб.2015г.
3	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/200	4,13	12,2	24,00	230,47	№ 312 сб.2015г.
4	Компот из смеси сухофруктов	1/200	0,66	0,09	32,01	132,80	№ 349 сб.2015г.
5	Хлеб пшеничный	1/50	3,95	0,5	24,15	116,90	
6	Хлеб ржаной	1/50	4,25	1,65	21,25	129,00	
	ИТОГО завтрак:	685	27,38	29,88	112,45	750,17	
Обед							
1	Овощи натуральные свежие (огурцы)	1/80	0,4	0,05	0,85	5,00	№ 71 сб.2011 г.
2	Рассольник Ленинградский	1/250	2,02	5,09	11,98	107,25	№ 96 сб.2015г.
3	Бефстроганов из мяса говядины	1/100/100	30,4	46,2	10,24	580,00	№ 250 сб.2015г.
4	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/194/7	11,46	8,12	51,52	325,00	№ 302 сб.2015г.
5	Компот из свежих плодов	1/200	0,16	0,16	27,88	114,60	№ 344 сб.2015 г.
6	Хлеб ржаной	1/50	4,25	1,65	21,25	129,00	
7	Хлеб пшеничный	1/50	3,95	0,5	24,15	116,90	
	ИТОГО обед:	1031	52,64	61,77	147,87	1377,75	
Полдник							
1	Сок фруктовый в индивидуальной упаковке (яблоко, виноград, яблоко-виноград, мультифрукт)	1/200	0,1	0,2	19,60	83,40	
2	Фрукты свежие (яблоко) калиброванные	1/150	0,6	0,6	13,35	60,45	№ 338 сб.2015г.
3	Булочка с повидлом обсыпная	1/100	13,2	28,72	82,26	640,00	№ 426 сб.2015г.
	ИТОГО полдник:	450	13,9	29,52	115,21	783,85	
	ИТОГО среда:	2166	93,92	121,17	375,53	2911,77	